

Menneskets dilemma

DA JEG VAR barn, cirka en syv-otte år gammel, var en af de ting, jeg begyndte at lægge mærke til og grunde over, når jeg iagttog de voksne omkring mig, at voksne menneskers verden medfører lidelse, smerte og konflikt. Selv om jeg voksede op i en relativt sund familie og havde kærlige forældre og to søstre og i virkeligheden havde en vidunderlig og lykkelig barndom, fik jeg alligevel øje på en mængde smerte rundt om mig. Når jeg betragtede de voksnes verden, spekulerede jeg på, hvorfor mennesker kommer i konflikt med hinanden?

Som barn var jeg i øvrigt også god til at lytte – nogle ville måske ligefrem sige, at jeg *lyttede ved dørene*. Jeg lyttede til hver eneste samtale, der blev ført i huset. Faktisk var det en stående spøg, at der ikke skete noget i vores hus, uden at jeg vidste det. Jeg ville gerne vide alt, hvad der foregik omkring mig, og derfor tilbragte jeg en stor del af min barndom med at lytte til de voksnes samtaler, derhjemme og i andre slægtnings hjem. En stor del af tiden fandt jeg alt, hvad de talte om, ganske interessant, men jeg lagde også mærke til, at der gik nogle bestemte dønninger i de fleste diskussioner – den måde, hvorpå samtalen bevægede sig lidt i retning af konflikt og derpå ligesom flød tilbage og væk fra den, igen nærmede sig konflikt og derpå atter trak sig væk fra den. Lejlighedsvis kunne der opstå et skænderi eller dukke sårede følelser op, og nogen følte sig misforstået. Det virkede alt sammen meget mærkeligt – og jeg forstod ikke rigtigt, hvorfor de voksne

opførte sig, som de gjorde. Den måde, de kommunikerede og forholdt sig til hinanden på, forvirrede mig virkelig. Jeg vidste ikke helt nøjagtigt, hvad der gik for sig, men noget føltes forkert.

AT TRO PÅ DET VI TÆNKER

Mens jeg så på og observerede, dag efter dag, uge efter uge, måned efter måned, ja ligefrem år efter år, fik jeg en dag en åbenbaring: „Du gudeste! De voksne tror på det, de tænker! Det er derfor, de har det svært! Det er derfor, de kommer i konflikt. Det er derfor, de opfører sig mærkeligt på måder, jeg ikke forstår, fordi de rent faktisk tror på de tanker, der er i deres hoved.“ For et lille barn var dette i virkeligheden en løjerlig ide. For mig var det en meget fremmed tanke. Jeg havde selvfølgelig ideer i mit hoved, men da jeg var barn, gik jeg ikke som de voksne omkring med en vedholdende, løbende kommentar til det, der foregik, i mit sind. Jeg havde dybest set for travlt med at more mig og med at lytte eller lade mig tryllebinde af det ene eller det andet i livet. Men det gik op for mig, at de voksne tilbragte en mængde tid med at *tænke*, og, hvad der var endnu vigtigere – og mere mærkeligt, forekom det mig – så troede de rent faktisk på, hvad de gik og tænkte. De troede på de tanker, de havde inde i hovedet.

Lige pludselig havde jeg en forståelse af, hvad der skete, når de voksne kommunikerede med hinanden, nemlig at det, de i virkeligheden meddelte, var deres tanker, og at de hver især rent faktisk troede på, at deres tanker var sande. Problemet var, at alle de forskellige voksne havde forskellige ideer om, hvad de troede sandheden var, og når de kommunikerede med hinanden, foregik der denne stiltiende forhandling, dette forsøg på at vinde hinanden over og forsvare sin egen tankegang og sine egne overbevisninger.

Efterhånden som jeg fortsatte med at observere, hvordan de voksne troede på deres egne tanker, slog det mig: „De er sindssyge! Nu forstår jeg dem: De er sindssyge. Det er sindssygt at tro på de tanker, der findes i ens hoved.“ Som barn at opdage dette var på en mærkelig måde noget af en lettelse. Det var en lettelse i det mindste at begynde

Efterhånden som vi vokser op, bliver de fleste af os i nogen grad forblændede af sproget. Sproget bliver ganske nyttigt til at kommunikere de mest forbløffende ting, et magtfuldt redskab til at indvi andre i vores oplevelser og finde vej gennem livet. Efterhånden som vi bliver ældre, bliver det en mulighed for at udtrykke stor kreativitet og intelligens. Men som alt andet har også sproget en skyggeside. Og tænkningen har en skyggeside, og det er tænkningens skyggeside, vi ikke lærer noget om. Ingen fortæller os, at det er meget farligt at tro på de tanker, vi har i bevidstheden. Vi lærer det direkte modsatte. I virkeligheden programmeres vi under opvæksten nogenlunde ligesom en computer – af vores forældre, af verden omkring os, af hinanden. Vi lærer at tænke kategorisk. Noget er enten på den ene eller den anden måde, rigtigt eller forkert, sort eller hvidt. Denne programmering påvirker vores måde at tænke på og vores måde at opfatte verden på. Er den blå? Er den rød? Er den stor? Er den høj?

Den store spirituelle lærer Krishnamurti sagde engang: „Når man lærer børn, at en fugl hedder 'fugl', vil de aldrig mere se fuglen igen.“ De ser i stedet ordet „fugl“. Det er, hvad de ser og føler, og når de kigger op på himlen og ser det mærkelige vingede væsen flyve af sted, glemmer de, at det, som findes der, i virkeligheden er et stort mysterium. De glemmer, at de i virkeligheden ikke ved, hvad det er. De glemmer, at den ting, der flyver hen over himlen, er hinsides alle ord, at den er et udtryk for livets ufattelige storhed. Det er i virkeligheden

lader os tynde af ideernes verden.

Evnen til at tænke og anvende sprog har en skyggeside, som kan føre til lidelse og unødige konflikter med andre, hvis vi ikke omgås den opmærksomt og med visdom. Det, tænkningen gør, er nemlig at adskille. Den klassificerer. Den benævner. Den opdeler. Den forklarer. Der er imidlertid en særdeles nyttig side ved tanker og sprog, og begge dele er derfor meget nødvendige at udvikle. Evolutionen har arbejdet hårdt på at sikre, at vi har evnen til at tænke sammenhængende og rationelt, eller, sagt på en anden måde, til at tænke tanker, som sikrer vores overlevelse. Men når vi ser tilbage på verden, forstår vi, at selve det, der er blevet til som en hjælp til at overleve, også er blevet en slags fængsel for os. Vi er blevet fanget i en drømmeverden, en verden, hvor vi primært lever i forstanden.

Det er den drømmeverden, som mange gamle spirituelle læresystemer forholder sig til. Når mange af de gamle helgener og vismænd siger: „Din verden er en drøm. Du lever i en illusion“, refererer de til denne forstandens verden og den måde, hvorpå vi tror på vores tanker om virkeligheden. Når vi ser verden gennem vores tanker, holder vi op med at opleve livet, som det virkelig er, og andre, som de virkelig er. Når jeg har en tanke, der drejer sig om dig, er det noget, jeg har skabt. Jeg har forvandlet dig til en ide. Hvis jeg har en ide om dig, som jeg tror på, har jeg i en vis forstand nedværdiget dig. Jeg har gjort dig helt lille. Det er sådan, mennesker gør, det er, hvad vi gør mod hinanden.

For virkelig at forstå årsagen til lidelse og vores mulighed for at slippe den og blive fri for den, er vi nødt til at se nærmere på den dybere årsag til menneskelig lidelse. Når vi tror på, hvad vi tænker, når vi antager, at vores tænkning er virkeligheden, kommer vi til at lide. Det er ikke indlysende, før man får øje på det, men i samme øjeblik, vi tror på vores tanker, begynder vi at leve i en drømmeverden, hvor forstanden opbygger en hel verden af begreber, som i virkeligheden ikke findes andre steder end i selve forstanden. I det øjeblik begynder vi at opleve en følelse af isolation, hvor vi ikke længere mærker, at vi er forbundet med hinanden på en rig og menneskelig måde, men må konstatere, at vi i stadig højere grad trækker os ind i tankernes verden, ind i den verden, vi selv har skabt.

AT KOMME UD AF LIDELSENS LABYRINT

Så hvad er vejen ud? Hvordan undgår vi at fare vild i vores egne tanker, projektioner, overbevisninger og meninger? Hvordan kan vi begynde at finde vej ud af hele denne lidelsens labyrint?

Til at begynde med er vi nødt til at gøre en enkel, men meget vigtig iagttagelse: Alle tanker – gode tanker, dårlige tanker, smukke tanker, onde tanker – foregår *inde i* noget. Alle tanker opstår og forsvinder i et kæmpemæssigt rum. Hvis du holder øje med din tankevirksomhed, vil du se, at en tanke simpelthen opstår af sig selv – den dukker op uden nogen hensigt – fra din side. Vi lærer, at vi som reaktion på dette skal tage fat i den og identificere os med den. Men hvis vi blot et øjeblik kan give afkald på denne tendens til ængsteligt at gribe efter tankerne, begynder vi at lægge mærke til noget meget dybsindigt, nemlig at tanker opstår og udspiller sig, spontant og på egen hånd, inden for et uhyre stort rum. Vores støjende tanker opstår i virkeligheden inde i en meget, meget dyb følelse af stilhed.